



## Pressemitteilung

### Pressereferat

der Landeshauptstadt Wiesbaden  
Schlossplatz 6 · 65183 Wiesbaden  
E-Mail: [pressereferat@wiesbaden.de](mailto:pressereferat@wiesbaden.de)  
<http://www.wiesbaden.de/presse>

11. Juni 2018

Ältere Menschen, Rathaus, Gesundheit, Homepage, Veranstaltungen

### **Hessische Gesundheitstage 2018 – „Gesundheit gemeinsam gestalten“**

"Gesundheit gemeinsam gestalten" – dieses Motto verfolgen die Hessischen Gesundheitstage 2018, die am Freitag, 15., und Samstag, 16. Juni, auf dem Wiesbadener Schlossplatz und im Rathaus stattfinden werden. Mehr als 80 Stände, Vorträge und Mitmachangebote bieten den Besucherinnen und Besuchern ein abwechslungsreiches Programm.

Wenn man Menschen nach ihren Wünschen fragt, so sind „Gesundheit“ und „fit bleiben“ für sie von großer Wichtigkeit. Möglichst lange ohne körperliche und seelische Einschränkungen zu leben, bedeutet für viele Selbstständigkeit und Unabhängigkeit. Aus diesem Grund liegt der Fokus der diesjährigen Hessischen Gesundheitstage auf den Themen „Ernährung und Bewegung“. Zwei entscheidende Faktoren eines gesunden Lebensstils, die nicht nur in der Prävention von Bedeutung sind, sondern auch als Therapiebegleitung nach oder während einer Erkrankung. Eine gesunde Ernährung und ausreichend Sport und Bewegung beeinflussen nicht nur unsere körperliche, sondern auch unsere seelische Gesundheit positiv.

Wie dies auch mit Erkrankungen und Einschränkungen erreicht werden kann, zeigen zahlreiche fachkundige Institutionen wie Selbsthilfegruppen, Beratungseinrichtungen und Kliniken. An verschiedenen Informationsständen können die Besucherinnen und Besucher beispielsweise Outdoor-Fitnessgeräte testen, den Muskel-, Wasser- und Fettanteil ihres Körpers ermitteln lassen und sich über den Anbau gesunder Lebensmittel

informieren. Außerdem wird es ein Aktionszelt mit vielen Mitmachaktionen geben. So können die Bürgerinnen und Bürger bei verschiedenen Sportkursen aktiv werden oder Erste-Hilfe-Maßnahmen üben.

Auch die Vorträge, die parallel zum Gesundheitsmarkt im Rathaus stattfinden, decken ein breites Spektrum ab. So können sich die Teilnehmenden über den positiven Effekt von Bewegung und Ernährung im Krankheitsfall informieren, mit ihren Kindern bei dem Theaterstück „Adi und Posi“ zuschauen oder etwas über Prävention und Komplementärmedizin erfahren. Selten gibt es die Gelegenheit, neben Informationen auch direkt Fragen an die Experten richten zu können. „Wir möchten in diesem Jahr zeigen, was wir gemeinsam durch Prävention alles erreichen können und dass es wichtig ist, Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen“, betont die Leiterin des Gesundheitsamtes, Dr. Kaschlin Butt.

Das Gesundheitsamt bietet in diesem Jahr samstags wieder kostenlose Masern-Mumps-Röteln sowie Tetanus-Diphtherie-Keuchhusten Impfungen an. Alle Bürgerinnen und Bürger sind eingeladen. Weitere Informationen gibt es beim Gesundheitsamt Wiesbaden unter Telefon (0611) 313777 oder per E-Mail an [gesundheitstage@wiesbaden.de](mailto:gesundheitstage@wiesbaden.de).

+++